人生に定年なし

お年寄りの生きがいを考える

９月15日は敬老の日

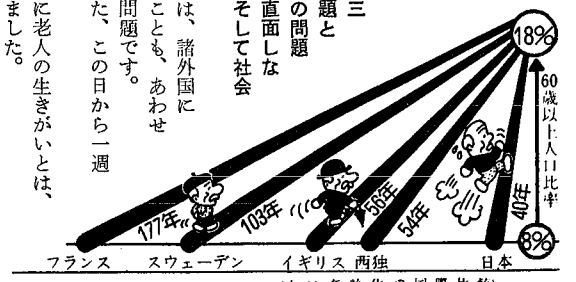
いま、百人のうち九人が六十五歳以上のお年寄り――これが三十四年後の昭和九十年には十八人と二倍に増えると予測されています。

三十四年後に六十五歳になる人、つまりお年寄りの仲間入りをするのは、いま伜き盛りの三十一歳。よく言われる高齢者問題というのは、なにもお年寄りだけの問題ではなく、若い人たちのやがて直面しなければならないテーマであり、そして社会全体の課題でもあるのです。

同時に、わが国人口の高齢化は、諸外国に例を見ないテンポと規模で進むことも、あわせて考えておかなければならない問題です。

九月十五日は「敬老の日」また、この日から一週間は「老人福祉週間」です。

人生に定年なし――この機会に老人の生きがいとは、よき老後とはについて考えてみました。



かけ足でやってくる高齢者社会（人口高齢化の国際比較）（＜資料＞総理府「高齢者問題の現状」）

「思いやり」が

生きがいを奪うことも

――ある家庭での話です。

「畑仕事を続けたい。ツルがもう一メートルにも伸びた。いま手入れをしないと、いいカボチャができない」

おじいさんは、畑仕事が唯一の楽しみでした。近くの農家から借りた、狭いながらも〝自分の畑〟に通い、四季折々の野菜づくりにいそしむことに日々の喜びを感じていました。娘夫婦と三人の孫にいつも新鮮な野菜を食べさせたい――これがおじいさんのなによりの生きがいだったのです。

ところが、ある日、娘さんから「少しは体のことも考えてください」と、野菜づくりを禁じられてしまいました。

娘さんにしてみれば、おじいさんが、畑仕事には直接ひびかないものの軽い腰痛を訴え、それに下痢ぎみだったことから、しばらくのんびりしてもらおうと考えてのことでした。

この日以後、おじいさんは部屋に引きこもりがちになりその上、悪いことに生来の持病まで再発してしまったそうです。

――これは極端な例かもしれませんが、この話にはわたしたちが高齢者問題を考える上での貴重な教訓が含まれています。「お年寄りに対する思いやり」が逆に「生きがいを奪う」結果を招く場合が往々にしてあるということです。

総理府が行なった「高齢化問題に関する世論調査」（昭和五十五年十月）によりますと『老後はどのようなことを境に始まるか』に対する主な回答は、次のようになっています。

体の自由がきかない時　30％
仕事をやめた時　23％
年金をもらう時　21％

これを男性だけについてみますと「仕事をやめた時」が三八％でトップを占め、一般に言われる〝定年後グッとふけこむ〟ということが、なるほどとうなずけます。つまり「意欲を失う」ことが老化を進めているといっていいでしょう。

お年寄りの生きがいを考えるとき、わたしたちが心したいのは「積極的に生きようとする意欲を奪ってはならない」――これが基本です。

人生には定年がないのですから。

熟　年

「老いる」のではなく「熟す」のです

よき老後とは――。

「まずは健康で、暮らしに困らなくて、グチを言わなくてすむ生きがいのある生活が送れること」と、だれもが口をそろえます。

衣・食・住だけでなく、医・職それにプラス生きがいが保証された暮らしこそ、よき老後ということになります。経済面での安定と丈夫な体そして生きがい――お年寄りが自立するためには、この三つが不可欠といえるでしょう。

総理府統計局の「老年人口の現況」（昭和五十五年）によりますと、六十五歳以上のお年寄りが〝職に就きたい〟と思う理由としてあげているのは、次のようなものです。

生活をより豊かにしたい　29％
生活費を得たい　17％
余暇ができた　14％
知識や技能を生かしたい　8％

こうした回答からもわかるように、職を求めることによって日々の生活を充実させ、これまでに身につけた知識や技術を社会に役立てたいという積極的な意欲がうかがえます。

熟年――「老いる」のではなく「熟す」。この言葉がお年寄りの心境を端的に物語っているといえないでしょうか。

敬老会ご案内

永年にわたり、社会、家庭に尽力された老人を敬愛し、長寿を祝う趣旨で今年も75才以上（459名）を対象に、次により敬老会を行ないます。

1. **日　時　９月15日（火）** 午前10時30分
2. **場　所　町民体育館**
3. **該当者　明治40年３月31日以前に出生した方**
4. **バス運行時間**

◎ 第一号車
ウデコキ北山神社前９：20 → 本町５丁目バス停→本町４丁目バス停 → 本町２丁目バス停９：25 → 須藤本町１丁目バス停 → 町民体育館９：30

◎ 第二号車
水田バス停９：40 → 小向バス停 → 明願寺前 → 町民体育館 10：00

◎ 第三号車
鎌倉バス停９：20 → 大沢バス停 → 天ケ沢バス停 → 高ケ沢バス停 → 矢代田駅前９：30 → 町民体育館９：40

◎ 第四号車
竜玄仙人海寺９：50 → 旧保育所前 → 柿集荷所前 → 町民体育館 10：10

健康はみんなの願い

町民健康診断が実施されます

９月７日～16日

小須戸町では、今年も総合検診（肺癌検診・循環器検診・結核検診・貧血検査）を実施します。

〝昨年受けたから今年はよいだろう〟といわずに検診の重要性をもう一度見なおして、年に一度の定期検診は必ず受けるようにしましょう。

なお、検診案内は後日各個人宛に送付されますので、忘れずに受けてください。

肺癌検診

肺癌検診の対象は四十五才以上の男子全員が対象となります。勤めておられる方のために九月十三日は日曜日ですが、竹井機器体育館と中央公民館で検診を行っております。

肺癌の発生原因はどこにあるのかわかりませんが、近年は医学の進歩により癌は早い時期に発見すれば完全に治るようになりました。しかし一般的には癌の初期は病状があらわれないことが多く、病状があらわれはじめたときは、すでに転移していて手遅れという場合が少くありません。とくに、四十五才以上の男子でタバコを多く吸う人は高危険群とされており、年一回のエックス線検査と喀痰検査を受けることが大切です。

癌から身を守るには、今のところ早期発見の道しかありません。早期発見であれば、ほとんど治りますので、やたらにこわがってノイローゼになるよりも、定期検診を受けて、癌であるかどうかを確かめたほうがずうっと安心です。

循環器検診

循環器検診とは、心臓と血管の病気です。

〝人は血管とともに老いる〟といわれますが、年をとるに従い循環器疾患は急にふえます。このうち脳卒中と心臓病が主な病気です。

高血圧は動脈硬化とともにこれらの病気をひきおこすいちばん大きな危険因子であるといわれています。そして、この二つは血圧が上がれば動脈硬化がすすみ、動脈硬化がすすむと、血圧が上がるというように、お互いは強い関係があります。これに対しては自分の正しい血圧値を知ることと、毎日の生活上の注意を守ることが大切です。

結核検診

結核検診の対象は、勤め人で職場で検診を受けられる人以外が対象となります。

結核の発見には、短時間の簡単なレントゲン検査が最も確率の高い診断法です。自覚症状が大事な糸口になりますが、自覚症状のない軽い結核の発見には、とくにレントゲンの健康診断が威力を発揮しています。

貧血検査

最近の国民栄養調査によりますと、成人女性の三人に一人は貧血状態にあると言われます。

軽い貧血は、それ自体病気を示すものではありませんが、健康の目やすとしては、軽い貧血もきわめて重要な意味を持ちます。

結核を発病する危険度の高い人たちがいます。……年代的には、結核がまん延していた頃に菌のうつった明治・大正・昭和ひとけた生まれの人たちで、この年令層は結核による死亡も高くなっているようです。

発病する危険度の高い人たちは、集団、個人ともに検診をぜひ受ける必要があります。

あなたの血液は大丈夫でしょうか。二十才以上の女性の方は、ぜひこの機会に受診しあなたの健康を確認してください。

老人健康診査

老人健康診断は、今年から町民健康診断と一緒に実施します。

毎年一回、福祉法に基づいて、町が各保険機関と協力して無料で行われるものです。

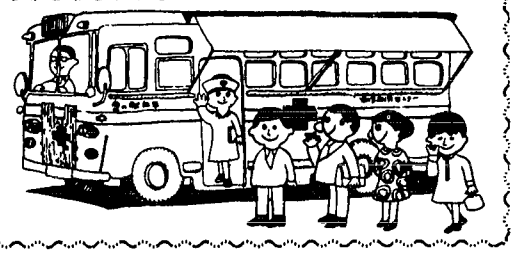
案内は、町民検診と同時にされますので、六十五才以上（九月一日現在）の方は忘れずに受けるようにしてください。

日時や場所は配付される受診票のとおりです。

献血にご協力をお願いします

移動採血車「ゆうあい号」がきます

とき　９月25日（金）

ところ　役　場　前　　竹井機器工業前

AM 10:00～12:00　　PM 1:00～3:00